

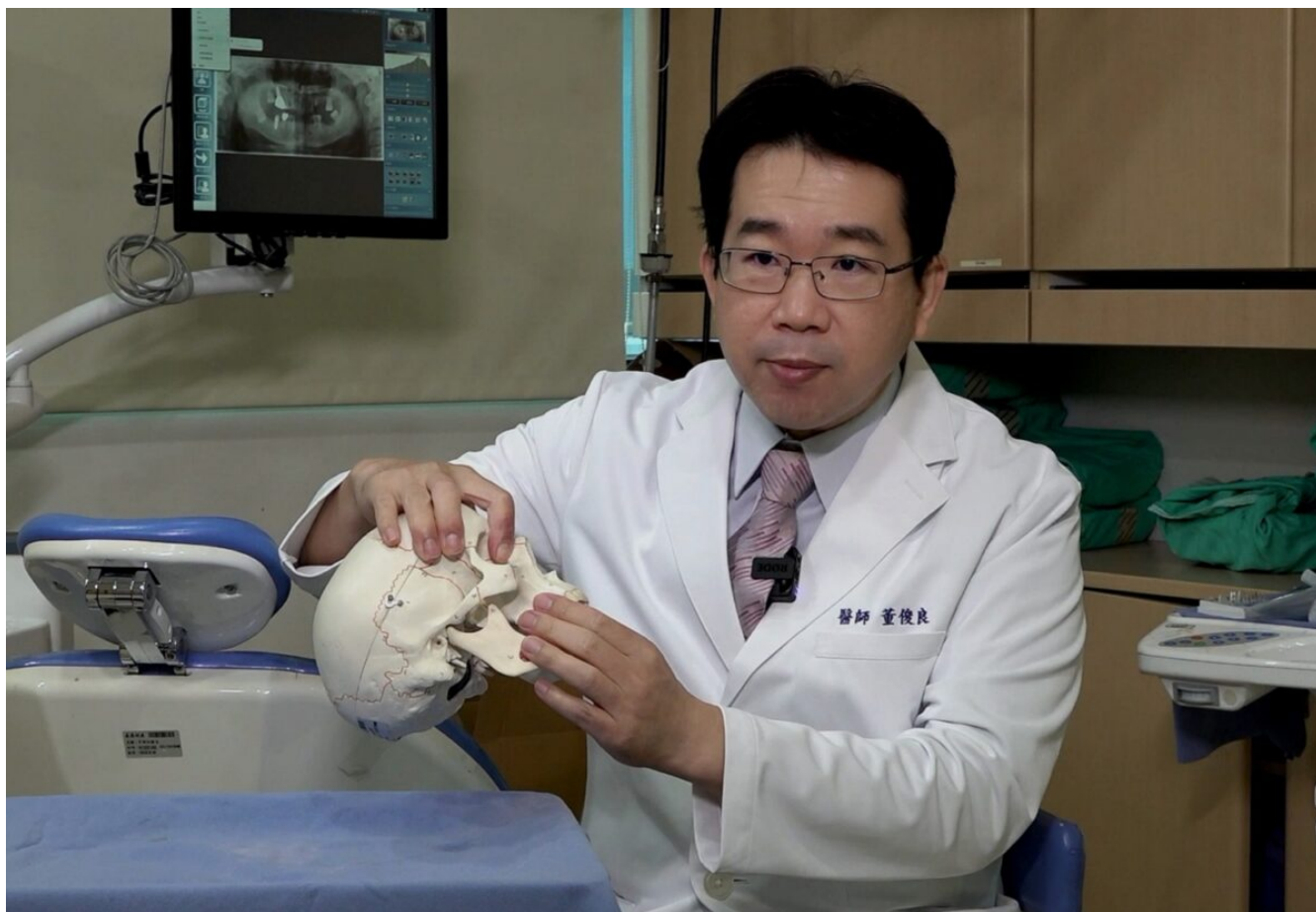
首頁 » 解決惱人睡眠呼吸中止症 上下顎拉提手術能有效改善睡眠品質

健康

解決惱人睡眠呼吸中止症 上下顎拉提手術能有效改善睡眠品質



記者 劉芳妃 — 2023 年 12 月 27 日



▲嘉基口腔顎面外科董俊良醫師說明上下顎拉提手術能長期改善睡眠呼吸中止症。

【記者 劉芳妃 / 嘉市 報導】據統計成年人男性24%、女性13.8%有打鼾的問題，其中又好發於40~65歲男性達60%、女性達40%。打鼾不是病，但嚴重可能伴隨睡眠呼吸中止症影響身體健康，輕者影響伴侶的睡眠品質，嘉義基督教醫院口腔醫學部提供止鼾牙套及上下顎拉提手術可改善你的睡眠和健康。

嘉義基督教醫院口腔顎面外科董俊良醫師指出，會打呼的人，有機率伴隨睡眠呼吸中止症的發生，也就是在睡覺時，呼吸道因為軟組織塌陷而阻塞，造成呼吸變淺甚至中止，當吸入的氧氣量不足，常造成日間嗜睡、精神不濟，也易導致心血管疾病、高血壓、糖

尿病，也會提高中風的風險。「阻塞型睡眠呼吸中止症」除了睡時鼾聲不停，還會反覆地暫停呼吸，頻繁醒來、白天嗜睡等問題，更嚴重的是增加心臟疾病和中風的風險。阻塞型睡眠呼吸中止症主要是因咽喉後有多餘的肌肉組織，或顎顏面結構異常，使維持呼吸道暢通的肌肉結實度減少，在睡眠時導致呼吸道塌陷，使得空氣無法順利進入肺部，體內血氧下降、腦部產生驚醒，睡眠因此被打斷。



▲嘉基牙科部醫師向患者說明使用止鼾牙套能改善輕、中度睡眠呼吸中止症。

董俊良醫師表示，改善「阻塞型睡眠呼吸中止症」，目前有以上下顎拉提手術來治療，上下顎拉提手術，是一種正顎手術，透過調整上下顎的位置，直接擴大呼吸道空間，呼吸會更加順暢，減少打鼾與呼吸暫停的次數，這過程通常在手術室中進行，需住院約3至4天，並且復原時間相對較短。病人在接受上下顎拉提手術後，睡眠品質明顯提高，白天感到更有精力和活力，重要的是可減少心臟疾病和中風的風險，並有助於保持正常的氧氣供應，是可以改善睡眠呼吸中止症狀的有效方式之一。值得一提的是透過重塑、調整顏面骨，不但能一次處理多個阻塞點，外觀及咬合也會有所改變。但仍要提醒有需求的患者，應至醫療院所進行評估，並與醫師討論再決定。

嘉基牙醫科洪嘉琪醫師指出，針對有輕、中度睡眠呼吸中止症患者，現在有非侵入式的止鼾牙套可在睡覺時使用，是透過牙套裝置，拉動下巴往前，進而帶動舌頭向前移動，並保持上下顎及舌頭都在正確的位置，避免舌根或軟顎向後掉落阻塞呼吸道，並訓練舌根肌肉，讓被阻塞的狹窄呼吸變暢通，減少空氣流動的阻力和震動所發出的聲音，有助



▲醫療團隊為病人進行上下顎拉提手術。

於減輕或消除因阻塞而引起的鼾聲，促進患者能在睡眠中正常呼吸，幫助改善睡眠品質。（照片：記者劉芳妃翻攝）

上下顎拉提手術 嘉義基督教醫院口腔醫學部 睡眠呼吸中止症

您也喜歡

臺大雲林分院x特教學校簽署備忘錄 照顧特教學生健康

2023 年 12 月 26 日

高雄長庚中西醫整合治療相輔相成 助病人完善康復

2023 年 12 月 26 日